

火曜コース	提出日	⇒	配送日
	9/17		9/24

金曜コース	提出日	⇒	配送日
	9/20		9/27



LINE

※ご注文の締切りは、★火曜コース⇒木曜日のAM10時まで ★金曜コース⇒月曜日のAM10時まで
※土曜日と日曜日は休業日となります。

発酵食品の健康パワー

「味噌汁特集」 毎日の食卓にお味噌汁を！



皆さん、毎日お味噌汁を食べていますか？日本人の昔ながらの朝食にはお味噌汁がつきものです。室町時代から庶民の食卓に登場したと言われていたほど、お味噌汁は日本人には欠かせないものです。発酵食品である味噌は体にもとてもいいですし、お味噌汁にはいろんな野菜、豆腐、わかめ、様々な具材と一緒に摂れるという大きな利点もあります。皆さん、美味しい味噌汁を作ってください。



松合食品

松合食品は自然と健康、安全な食を求めて、原料にも厳しいこだわりをもっています。有機生産者グループと契約し、有機無農薬農法で栽培したものを原料に使用しています

3205 無農薬麦みそ
2kg 1581円(税込) 15円引

3204 無農薬玄米合せみそ
750g 1008円(税込) 10円引



内田物産

「室ブタ」を一枚一枚丁寧に重ねて、自然の発酵をおこさせて雪のような麴を作り上げます。職人の手で丹念に手作りで仕上げることで、すばらしい自然のおいしさを生み出してくれます

他では手に入らない考える会オリジナルの麦みそと米みそ

3207 ★古庄さんの麦みそ
750g 796円(税込) 10円引
古庄さんの無農薬裸麦を使用

3202 ★島川さんの米みそ
750g 796円(税込) 10円引
島川さんの無農薬米を使用



NEW「煮干しいりこ」

瀬戸内海で獲れた新鮮なたくちいわしを釜だしし、乾燥させました。酸化防止剤などの添加物は一切使用していません。

2050 煮干しいりこ
100g 529円(税込) 5円引



「削りぶしのやまいち」

やまいちさんは昭和元年の創業以来、削り節製造一筋にこだわりの製品を作られています

2018 おだし用かつお粉末
100g 651円(税込) 10円引

粉末にしてあるので、美味しいだしが手軽にできます。

2019 おだし用混合節粉末
100g 604円(税込) 10円引
さば、あじ、いわしの混合粉

「ゆうきスターの米粉」

考える会生産者が農薬不使用で育てたゆうきスター米でつくった「白米粉と玄米粉」です。おかし作りやお料理にご使用ください。



「米粉の魅力」

米粉は小麦粉よりももちり感を出す成分を多く含んでいるため、もちりとした食感に仕上がります。また、小麦粉に比べて油を吸収しにくいので、てんぷら等の衣に使うとカラッと揚がり冷めてもサクサク感が長続きます

3047 ★ 白米粉
300g 482円(税込) 5円引

3048 ★ 焙煎玄米粉
300g 482円(税込) 5円引

ゆうきスターの米粉で作った「米麺」もあります！

3396 ★ 白米麺
100g 324円(税込)

3397 ★ 焙煎玄米麺
100g 324円(税込)

「梅シロップ プラムシロップ」

本田さん(宇土)からの新商品が届きました。「梅シロップ」と「プラムシロップ」の2種類です。どちらも数量限定となりますのでお早めに！



梅、プラムに会の氷砂糖だけで作った、シンプルだけどとても美味しいシロップです。冷たく炭酸で割ったり、暖かいお湯割りや紅茶にプラスするのもいいですね(本田)

2504 梅シロップ
200ml 1480円(税込)

2505 プラムシロップ
200ml 1480円(税込)

畑からのメッセージ



今日は月一度の仕分け当番です。毎日暑い日が続きますが、今組合でどんな野菜が出ているか？楽しみでの当番です。今私の家ではみかんの草取りに摘果、又かみきり虫の幼虫を見付ける作業です。熱いので熱中症にかからないよう木陰で涼みながらの作業です。やがて9月です、9月になったららもつと涼しくなるでしょう。

・・9/3 宇土市・本田一幸・・

台風が来て相当の被害が出るだろうと覚悟していましたが被害がほとんどなくホットしています。鶏舎、野菜、コメ、家、倉庫・・・農業は守るべきものが多いと思います。植物のようにその場所から逃げられない。その環境の中で生きていかなければならない。その中で食糧を得て生かされている。これが農業か？フーンと考えさせられているところです。

・・9/3 御船町・高丸和彦・・

山都町の佐藤です！台風はどうでしたか？

心配した程被害はありませんでしたが、雨風にあたった夏菜類は回復までにしばらくかかりそうです。いく分か暑さもやわらいできて、夜もずいぶん寝やすくなりました。朝は17℃～18℃程で毛布が気持ち良くて起きるのがつらくありません。今年は暑さが厳しくて、あんなに「早く夏が終われ！」と思っていたのに、夏の終わりの空気がただよ々と物悲しくなります。人間って身勝手です。

・・9/3 山都町・佐藤真実・・

台風10号過ぎ去りましたね。

心配していたお米もどうやら無事なようで一安心です。畑はというと、果菜類のナスやピーマン等が何本か折られ、モロヘイヤなどは倒されと、多少の被害はあったのですが、きっとこれから回復してくれる事でしょう。水害等がなくてホッとしています。

あらためて自然の怖さを思いしりますね。配送日を変更したり、ケース洗いが中止になったりと大変でしたが、協力してきて乗り切れた事に感謝です。

・・9/3 大津町・山本瑞樹・・

台風の影響で土曜日の配送となります。生産者と配送者の安全確保の為にご理解いただけたらと思います。さて、台風の被害はいかがだったでしょうか。被害は少なかった？と思いますがビニールの張り直しや片づけなど、地味に大変な作業がまっています。今回この台風をきっかけに、発電気をメンテしました。5年以上使ってなかったので、やはり不調。オイルをかえたり、キャブレターを掃除したりといろいろやったら絶好調に回復しました。不器用なのですが、とりあえず、いろいろチャレンジしています。一つの満足ですネ。

・・9/3 合志市・高山健也・・



配送者だより



◇ みなさんこんにちは！

今日は土曜ですが、Bコースの配送日です！昨日までの台風のせいで出来なかった配送を本日おこなっております。みなさんのところは台風の被害は大丈夫だったでしょうか？事務所の方は無事でしたのでご安心ください。配送日の変更は水曜日に決まり、すぐ電話連絡をしたのですが、残念ながら繋がらなかった組合員さんもいらっしゃって、本日の受け渡しに少し心配されます。こうした緊急時の連絡方法を考えておかないといけませんね。

今日も元気に「正直野菜」をお持ちします！

・・8/31 A3・A4・B1コース 福岡恵士・・

◇ 皆さんおはようございます。こんにちは。

少し恥ずかしい話なのですが、実は私、痛風持ちです。今年の3月から通院して投薬での治療を続けています。そんな中、先月の血液検査でようやく尿酸値が7を切り(7以上は高尿酸)6.6まで下がりました！！1月の健康診断では8.9、また腎機能の低下も指摘されていたので、両方とも正常値まで回復したので、通院先の先生にもお褒めの言葉をいただき、頑張ったかいがあったなと喜んでます。このまま維持出来る様がんばります！

・・9/3 A3・ミニコース 立川星彦・・

◇ こんにちは配送担当の村上です。台風の被害等ありませんでしょうか？

今回、考える会の配送も土曜日になってしまい、皆様にもご負担をかけることになりました。申し訳ありませんでした。今回の台風による収穫の影響も今後は発生するかもしれませんが、ご了承ください。

・・8/31 A1・B3・B4コース 村上 卓・・

～行事予定～

・第40期通常総会

9月 28 日(土) 13:00受付～青年会館大ホール

第40回通常総会 出欠票 書面表決書提出のお願い

「通常総会議案書」が配布されております。出欠票を、9/20(金)までに提出をお願い致します。(欠席される方は、内容ご確認後「書面表決書」にご署名および各決議の賛否をご記入ください)

野菜・果物だより

台風10号の影響で生産地はきびしい状況になっています。

品目の少ない野菜ケースのお届けとなってしまいました。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

「ピーマンと玉ねぎの味噌炒め」

「材料」 玉ねぎ・150g ピーマン・100g 合わせ油(なたね油7:ごま油3)・大さじ2
水・大さじ1 味噌だれ(麦みそ30g、醤油小さじ2、水大さじ2)

- ① 玉ねぎは9mm厚の輪切りにする。ピーマンは縦半分になり、種を取って1cm幅の細切りにする。
- ② 味噌と醤油を混ぜ合わせ、水を少しずつ加えて溶き、味噌だれを作る。
- ③ フライパンに油を熱して、玉ねぎをさっと炒め、ピーマンを加えてさらに炒める。
- ④ ③に水大さじ1を振り入れて、ふたをして中強火で約1分蒸し煮する。
- ⑤ 野菜に火が通ったら、味噌だれをまわし入れ、炒めあわせる。

大谷ゆみこ著 続野菜だけ? より

「豚肉のたつた揚げ」



「材料」 豚モモ薄切り肉・350g 醤油・大さじ1.3/4
酒・大さじ1 米粉・大さじ4
ピーマン・4個 揚げ油・適量

- ① 豚肉は1枚ずつ広げて、醤油、酒をふってさらによくもみ込む。
- ② ピーマンは丸ごと手で握りつぶしておく。
- ③ 揚げ油を170℃に熱して、②を素揚げにし、①をカラリと揚げて盛り合わせる。

阿蘇市の生産者・島川さんからのレシピです

中華風焼きナス

「材料」 ナス 醤油 ごま油 油

- ① ナスは縦半分に切る。小さいものは丸のままでも良い。
- ② 中華鍋かフライパンに油を入れて熱し、①を入れて焼く。
- ③ ナスがやわらかくなったら火を止めて、醤油とごま油をまわし入れる。

ナスは体を冷す働きが強い夏野菜。約90%が水分でのぼせ改善や利尿作用があり、古くから漢方薬にも利用されてきました。ナスの色は抗ガン成分を持つ色素のポリフェノール、そして動脈硬化を防ぐ色素のナスニンの色。この2つの色素は皮に凝縮されているので、皮ごと調理がオススメです。

大谷ゆみこ(野菜だけ)より

第40期 第10回 運営委員会だより

2024年8月7日(水)9:30~11:50熊本中央公民館

1、ブロック会報告

- ・健軍ブロック 料理会を行いました。初めて子どもさんが2人参加してくれて、とても楽しかった。
- ・御領ブロック 8月10日(土) カレーとナンの料理会を行う予定。土曜日に開催しているので子どもが多く、3世代交流がとてもいいと思う。

2、商品等について

ひき肉の在庫がおかげ様でなくなった。色んな部位をまんべんなく食べて欲しい。

3、農業支援基金より

目標金額 500万円 生産者が共有で使える物の購入等に当ててもらおうと助かる。春先の天候不順・・・この提案は生産者会で聞き取る

4、チームに分かれてブロック活性化についての話し合い、及び報告

- チーム1 ・田崎・川尻、ブロック会の良さを知ってほしい。
- チーム2 ・一度キャンセルになった水前寺のブロック会を再企画の方向で話し合ったが、協力してもらえそうな委員以外の会員さんが忙しそうなので未定である。
- チーム3 ・8月21日(水) 10:00~12:30 はあもにい 食のアトリエにて「プラスチックの海」DVD鑑賞会 & 会の商品試食会
参加費:大人500円×16人 子ども300円×10人
・試食:豚まん、ぼんせん、スイートポリコーン、水ようかん等

5、その他 振り返り

- 大津ブロック 久々に大津主催のブロック会が出来て良かった。
- 三軒町ブロック 清水ブロックと合同で動く(料理会)ことが出来て良かった。
- 清水ブロック 合同(三軒町、二川)で料理会を企画、若い方に来てもらえてよかった。
- 古庄(生産者) 合同ブロック会や大津のブロック会にも参加出来て良かった。活発になってきた。
- 御領ブロック 逆援農、しいたけのこま打ち、毎月料理会、他のブロックの方の参加もあった。
- 健軍ブロック 御船・田崎・川尻ブロック再生に向けてのいろいろな催しに参加できなくて残念だった。
- 林田 いろんな世代の、いろんな意見を聞ける
- 杉並木ブロック 久しぶりの逆援農が出来た。若い方にも声がけしたいが忙しそう。
- 高山(生産者) ずっとブロック会問題って言っている。諦めずに。
- 花園ブロック 心を入れ替えて頑張りたい。病気をきっかけに再開、近所の人に紹介したいが、年配者が多い。
- 石脇(生産者) ブロック会2~3人でも続ける事に意味がある。
- 水前寺ブロック 頭が支離滅裂、ブロック会、無い物を立ち上げていく難しさ。
- 島川(生産者) 生産者も若い人になり、消費者も「畑へいこう」「逆援農」に力を入れてほしい。
参加してみないと分からないことが沢山あった。
- 本田(生産者) 人と人との繋がりには面倒だけど、繋がっていることは楽しい事。運営委員会で会について話し合う。

今週のスポット品

税抜き金額より値引きします



味噌汁・だんご汁特集！

2050	煮干いりこ	100g	529円	→ 5円引
2044	阿波屋だし	8g×30	1944円	→ 20円引
2018	おだし用かつお節粉末	100g	651円	→ 10円引
2019	おだし用混合節粉末	100g	604円	→ 10円引
2008	塩ワカメ	200g	222円	→ 5円引
2045	天然利尻こんぶ	40g	605円	→ 10円引
2022	花かつお削り	100g	442円	→ 5円引
2023	かつおパック(3g×4)×2		405円	→ 5円引
2024	とろろ昆布	40g	278円	→ 5円引
2025	かんてん雪椿(フレーク)	7g	199円	→ 5円引
2027	干しサクラエビ	5g	562円	→ 10円引
2029	あおさ	25g	462円	→ 5円引
2031	国産芽ひじき	20g	238円	→ 5円引

2047	乾燥わかめ	8g	410円	→ 5円引
3205	無農薬麦みそ	2kg	1581円	→ 15円引
3204	無農薬玄米合わせみそ	750g	1008円	→ 10円引
3207	★古庄さんの麦みそ	750g	796円	→ 10円引
3203	ハト麦みそ	650g	930円	→ 10円引
3202	★島川さんの米みそ	750g	796円	→ 10円引
3301	にがり凍み豆腐	48g	391円	→ 5円引
3302	もち麩	25g	292円	→ 5円引
3303	車麩	大6枚	298円	→ 5円引
3047	★ゆうきスター米粉(白米)	300g	482円	→ 5円引
3048	★ゆうきスター米粉(玄米)	300g	482円	→ 5円引
3348	フリーズドライ味噌汁	5食	661円	→ 10円引
3349	フリーズドライ味噌汁(ほうれん草とキャベツ)5食		661円	→ 10円引

◆ 北村きのこ園

5円引き！



◆ 内田安喜商店

5円引き！



今週のスポット品

ナチュラルベーカリーナより
「シナモンロール」新発売！

原材料：県産小麦・てんさい糖・オリーブオイル・発酵種・花見糖・粉糖・シナモン・海塩

1589 シナモンロール 1個 232円



今週のスポット品

ムソー 煮干いりこ 100g

☆瀬戸内の片口いわしの煮干です。

☆添加物に頼らず仕上げました。

2050 煮干いりこ 100g 529円 → 5円引



今週の特注品

..10/1..4届け..

☆H-farm本田泰晴・貴恵「梅シロップ・プラムシロップ」

梅、プラムに会の氷砂糖だけで作ったシンプルだけども美味しいシロップです。炭酸で割ったり、お湯割りや紅茶に入れても。

☆本コミ「リプロネクスト・ハブラシ」

ホタテ由来アパタイト高配合のナチュラルホワイトニング歯磨き粉「リプロネクスト」。「KENTハブラシ」、「サレドミューハニカム」の紹介です。

☆ライブコットン生活雑貨・ねんど化粧品 2ヶ月に1回

天然素材の小物などオススメ商品を紹介してあります。

ねんどの吸着力が肌をしっとり包み込むねんど化粧品のご案内。

☆オーサワジャパン「冷蔵品カタログ」 月1回

オーサワジャパンが厳選したおすすめ冷蔵品特集です。

ベジ生ラーメンシリーズお試しください！

☆第三世界ショップ・地球食「カレー・紅茶・ナッツ類」 月1回

考える会はもの作りや買い物を通して、地球環境や子どもたちの未来のためにできることをするという意味で、第三世界ショップに賛同しています。

☆バナナ予約

有機JAS認定を取得してあるオーガニックバナナです。

1ヶ月単位での予約注文となりますので、ご注意ください。

☆たまご予約

会の卵は飼育環境や飼料を大切に、ご家族が安心して食べられる

卵を届けています。予約注文よろしくお願ひします。

具だくさんの
みそ汁は
健康の守り本尊
食文化研究家 永山久夫
みそ汁は脳も血管も、骨も筋
肉も丈夫になるアミノ酸やビ
タミン類、抗酸化成分がたっ
ぶりの「命の汁」なのであり、
「野菜スープ」でもありません。
お椀に盛ったときに、盛り上
がるほど実をたくさん使用し
ているのが伝統的なみそ汁。
昔から、「実の3種は身の薬」
といわれてきました。

♥私のお気に入り商品 ポムドテールさんより

久しぶりに会の米粉を使ってみました！
精粉所が変わったと聞いて
変わりました！以前はお菓子やパンケーキに使うと
もち？の感じがなり、グメンサイ...という感じで
それは精粉戻合があらからと聞いていたのです！
今回、蒸しパン、パンケーキを作ってみましたが、とって
いい感じのおいしかったです。卵なしでも大丈夫
試してみたいのです！おと米粉だけは遠方所で買って
いたので、おからは会に注文してほしいです！

創立40周年記念誌発行にあたって

40周年記念事業実行委員 高丸 和彦

40周年という節目。長い期間ですが、あっという間にここまで来たという気がします。40年前の組合設立のころ、鶴屋デパートの隣にあった老朽化した福社会館の一室で組織作りに議論を重ねていたことを鮮明に思い出します。有機農産物流通センター解散後のことです。若かったせいもあるのかもしれませんが、希望に満ち将来の不安を感じることはありませんでした。

30期から40期にかけての10年間には、私たちの組合の存続を揺るがす大きな災害が二つもありました。熊本地震そしてコロナによるパンデミックです。その大きな波を超えられたのは、生産者と消費者の間に信頼に基づく『提携』があったからこそだと思います。

40周年実行委員会では、記念事業の一つとして『文集』を作ろうということになりました。数年前から始めた組合員のメッセージリレーをはじめ、いろいろな理由で組合を離れた人、しかし組合の成長発展に優しい思いを持っていただいている人達の原稿も集めて文集を作りました。本当に小さな組織ですが、私たちの提携への熱い思いと未来への希望が綴られています。

生産者と消費者の提携は「顔の見える関係」と言いますが、英語では「face to face」と言うそうです。それが「heart to heart」の関係に発展していければと願っています。

想いを繋ぐ～メッセージ～

151. かんかん坂グループ 古賀敬子

食べものはいのち

「自分でいのちは守りたい」「赤ちゃんは母乳で育てたい」と思っていました。

それが考える会とのご縁です。

職場グループとして、週一回の職場に配達されるお野菜や食材は、働く私たちの強い味方でした。

買い物の時間も節約され、それはそれはありがたいことでした。

パワーに満ちた農産物などのおかげで母乳育児が叶いました。

病気からも縁遠く、自信にもなっています。

結婚以来、毎朝の弁当も苦にならずに作り続けられたのも、安心安全の食材がいつもあったからです。

全国合成洗剤追放大会は思い出に残る出来事でした。

多くの分科会があり、どれも興味深いものばかりです。

三重大学の先生のお話が忘れられません。

合成洗剤の原料は、原油を様々に処理した後の「産業廃棄物」です。

工場からそのまま捨てたら不法投棄になりますが、洗剤に加工すれば多くの家庭によって合法的に廃棄が進められるということになります。

これには啞然とさせられ、資本主義の側面を見せつけられました。

「台所から世界が見える」という言葉があり、それは世の中を見るフィルターになりました。

会の内外の方たちとのたくさんの出会いも作ってもらい、40年間も会の食材をいただくことが出来て幸せです。

生産者や事務所の皆さん、毎週毎週ケースを届けていただきありがとうございます。

40年前、竹熊千恵子さんが「ケースの野菜たちを見てメニューを考えることは、とてもクリエイティブなことなのよ」とおっしゃいました。

会の40周年に感謝します。

2024年 39-①

配送日

火コース 9/24

金コース 9/27

注文書回収

火コース 9/17
金コース 9/20

グループ名 組合員番号 組合員名 注文数合計

記入は赤など目立つ色でお願いします

★印は考える会生産者の農産物や、それを原料に作られたオリジナル商品です

考える会生産者の農産物不使用野菜！ ★農産物ケース		2023年産★ゆうきスター米		豆腐・あげ類 (内田安喜商店)		★高山さんのオリジナル加工品		松下かまぼこ(天草)の練り製品		塩・砂糖			
91	★玄米(2023年産) 30kg 1712円	休	1414	ひのくに地豆腐 木綿140g×2 168円	5円引	3172	★simpleコチュジャン 120g 517円 冷蔵	1430	地魚かまぼこ(天領) 140g 748円	終了	3213	はやさき水にがり 300cc 900円	
○みんなで生産者の生産活動を支援しよう！		92	★玄米(2023年産) 10kg 6016円	休	1415	ひのくに地豆腐 絹 140g×2 168円	5円引	3173	★麴だけでつくった甘酒 300g 592円 冷蔵	1431	ちくわ 50g×3 370円	3218	小さな海・天日塩 中粒240g 508円
11	農産物ケース 普通	93	★玄米(2023年産) 5kg 3065円		1418	木綿豆腐 400g 180円	5円引	3174	★塩こうじ 230g 592円 冷蔵	1432	ヤサイチギリ天 150g 370円	3219	小さな海・釜炊き塩 小粒240g 508円
12	農産物ケース 小	94	★玄米(2023年産) 1kg 629円		1419	絹豆腐 350g 180円	5円引			1433	地魚(ジャコ)丸天50g×3 375円	3214	豊穰塩500g 184円 オ-スト7天日
NonGMO飼料を与えています ★高丸さん、吉田さんの卵		95	★白米(2023年産) 10kg 6962円	休	1410	豆乳 500ml 335円	5円引			1434	ごぼう丸天 50g×3 375円	3215	豊穰塩5kg 1188円オ-スト7天日塩
25	★卵パック 10個 445円	96	★白米(2023年産) 5kg 3692円		1408	大揚 1枚 158円	5円引			1435	野菜丸天 50g×3 375円	3210	はやさき天日塩 大粒500g 900円
27	★有精卵 6個 445円	97	★白米(2023年産) 1kg 755円		1409	さざみ揚げ 1袋 129円	5円引	●神山鶏 冷凍		1436	イカ下足丸天 50g×3 375円	3212	はやさき天日塩 小粒250g 850円
★特注野菜		3092	★ゆうきスターの米ぬか 500g 162円		1411	寿しアゲ 20g×5枚 216円	5円引	1715	神山鶏 もも 270g 701円	1437	たこ丸天 50g×3 375円	3216	詰替用・粗挽き塩胡椒150g 586円
※B品は小さい物や大きすぎる物、割れ、キズ有などいろいろな物が入ります。		考える会オリジナル もち米、雑穀		1412	生アゲ 50g×1枚 118円	5円引	1716	神山鶏 むね 210g 415円	バター、マーガリン		3222	純黒糖粉(喜界島産) 250g 572円 限定	
※B品が不足した時はA品をお届けします		3012	★押し麦 500g 539円 福岡・久保さん	1413	きぬ厚アゲ 220g 168円	5円引	1717	神山鶏 ささみ 578円	2001	北海道バター(加塩)150g 427円	3223	てんさい糖(北海道産) 650g 509円	
※▲の野菜は欠品の可能性があります		3062	★島川さんの黒米 150g 339円 おススメ	1417	手にぎりがんも 1枚 148円	5円引	1718	神山鶏 平肝(レバー)250g 489円	2004	北海道バター(無塩)150g 460円	3226	きび粗糖 500g 322円(種子島産)	
127	玉ねぎ(北海道産) 800g 370円	3067	★久保さんのもち麦 300g 432円	森ノリ(菊池)の農園納豆		1719	神山鶏 砂肝 250g 489円	3333	よつ葉のスキムミルク150g 360円	3217	氷砂糖 1kg 664円(北海道てんさい糖)		
116	じゃが芋(北海道産他) 800g 367円	今回のもち米は西原の生産者 田上さんのもち米です		1420	板納豆 海想う 80g 321円	1720	神山鶏 手羽先 250g 537円	海産品 冷凍		黒こしょう 第三世界ショップ			
137	人参(北海道産) 400g 270円	3052	★もち米(白米)1kg 792円 2023年度産 再開	1421	パック納豆 海想う 40g×2 321円	1721	神山鶏 手羽元 300g 511円	2101	開きアジ 2枚 468円 丸正水産	3227	黒胡椒(粒) 加-の壺ペッパ-20g 389円		
146	★里いも 1kg 511円	3053	★もち米(玄米)1kg 720円 2023年度産 再開	1422	中粒納豆 山笑う 40g×2 332円	1722	神山鶏 手羽中 250g 552円	2102	塩サバ 2~3枚 558円 丸正水産	3228	黒胡椒(粗挽き) 加-の壺ペッパ-20g 389円		
147	★里いも B品 2kg 511円	★ゆうきスターの米めん		★元気豚の加工品 冷凍		1723	神山鶏 ミンチ 200g 547円	2103	丸干し 350g前後 558円 丸正水産	松合食品のしょうゆ 他			
151	★からいも 1kg 407円	3397	★焙煎玄米めん(太麺)100g 324円	1311	★元気豚しゆまい30g×6 691円	1724	神山鶏からあげセット(モ、ム)300g 731円	2105	ちりめんじゃこ 100g 828円 丸正水産 限定	休	3235	九州丸大豆醤油(大)1.8L 1687円 松合	
152	★からいも B品 2kg 407円	3396	★白米めん 100g 324円	1313	★元気豚肉まん 75g×2 427円 限定	1725	神山鶏 骨付きモ 2本(600g) 1294円	2116	新巻鮭切り身 2切れ 783円	3236	九州丸大豆醤油(小)0.9L 1051円 松合		
156	★紫からいも 1kg 407円	★ゆうきスターの米麺(高丸さん・高山さん)		1314	★元気豚ハンバーグ120g×2 718円	1727	神山鶏 骨付きももぶつ切り 300g 743円	海産物		3237	九州丸大豆醤油・淡口(小)0.9L 1051円		
165	★レンコン 400g 341円	3168	★ゆうきスター米の米麺(冷凍) 200g 359円	ブラウンスイス牛肉		1728	神山鶏 ガラ(1羽) 248円	2050	煮干しいりこ ムソー 100g 529円 5円引	3264	「くろ」つゆ 濃縮だし400ml 619円 松合		
262	★ピワの生葉 10枚 207円	3165	★ゆうきスター米の米麺(冷凍) 500g 814円	1293	(BS)牛赤身スライスセット 200g× 1512円	NonGMO飼料を与えています 木次乳業(島根)の乳製品		2044	阿波屋だし 8g×30 1944円 松合食品 20円引	3289	まろやか旨酢タレ400ml 589円		
526	★栗 500g 430円 限定	★島川さんの「阿蘇」元気豚 冷凍		1294	(BS)牛赤身スライス 200g 767円	1451	バスタチャライズ牛乳 1L 459円	2018	おだし用かつお節粉末100g 651円 10円引	3260	味の母(大)1.8L 2160円 味の-醸造		
		1001	★元気豚ミックススライス250g×2 1241円	1288	(BS)牛ミンチ 200g 707円	1452	ブランスイス牛乳 500ml 254円	2019	おだし用混合節粉末100g 604円 10円引	3261	味の母(小) 720ml 999円 味の-醸造		
		1018	★元気豚ミックススライス徳用250g×4 2411円	1289	(BS)牛ミンチセット 200g×2 1394円	1453	ミルクコーヒー 1L 340円	2008	塩ワカメ200g 222円 冷蔵 有明海産 5円引	3262	春夏秋冬うすいろだしの素1L 1253円		
		1012	★元気豚ミックススライス徳用250g×4 2411円	1299	(BS)合挽きミンチ 200g 558円	1454	ミルクコーヒー 500ml 194円	2045	天然利尻こんぶ 40g 605円 10円引	3263	春夏秋冬だしの素 1L 1253円		
★ニンニクの芽ペースト(いなかもん倶楽部)		1002	★元気豚バラスライス250g×2 1131円 限定	1298	(BS)合挽きミンチセット 200g×2 1099円	1455	プレーンヨーグルト400ml 345円	2022	花かつお削り 100g 442円 山川産 5円引	原料にこだわった 味噌			
3167	★ニンニクの芽ペースト(小) 90g 517円 100円引	1005	★元気豚モモしゃぶ用250g 667円	★島川さんの阿蘇元気豚を使った ウィンナー・ハム・ベーコン 冷凍		1456	奥出雲ヨーグルト90g×2 281円	2023	かつおパック(3g×4)×2 405円 枕崎産 5円引	3205	無農薬麦みそ2kg 1581円 15円引		
3166	★ニンニクの芽ペースト(大) 180g 842円 100円引	1006	★元気豚肩ロースしゃぶ用250g 707円 限定	1080	★ロースハムスライス 100g 577円	1459	美楽ヨーグルト 90g 151円	2024	とろろ昆布 40g 278円 北海道産 5円引	3204	無農薬玄米合わせみそ 750g 1008円 10円引		
ナチュラルベーカリー ルナ		1014	★元気豚ミンチ 200g 435円 限定	1081	★ロースハムスライスセット 100g×2 1132円	1465	赤玉チーズ 180g 1091円	2025	かんてん雪椿(フレック7g) 199円 5円引	3207	★古庄さんの麦みそ(無農薬)750g 796円 10円引		
1586	天然酵母食パン 1斤 453円 限定24	1015	★元気豚ミンチセット200g×2 850円 限定	1082	★バラベーコンスライス 100g 577円	1466	カマンベールチーズ120g 1037円	2027	干しサクラエビ 5g 562円 創健社 10円引	3203	ハト麦みそ 650g 930円 内田物産 九州 10円引		
1587	プチレーズンパン 3個 273円 限定15	1028	★元気豚ミンチセット徳用 200g×5 2084円 休	1083	★バラベーコンブロック 200g 1153円	1467	プロボローネチーズ380g 2052円	2029	あおさ 25g 462円 天草本川海産 5円引	3202	★米みそ(島川さんの無農薬米)750g 796円 10円引		
1589	NEW シナモンロールパン 1個 272円	1007	★元気豚モモブロック500g 1178円	1084	★ショルダーベーコンスライス 100g 577円	1468	プロボローネピッコロ100g 583円	2031	国産芽ひじき20g 238円 天草本川海産 5円引	2047	乾燥わかめ 天然伊勢志摩産 8g 410円 5円引	油(庄津一番搾り)	
うなぎ 静岡県産 在庫限り		1008	★元気豚バラブロック500g 1130円 限定	1085	★粗挽きフランクフルト 3本(180g) 1038円	1469	モッツアレラチーズ100g 518円	2027	干しサクラエビ 5g 562円 創健社 10円引	お酢 他			
2121	静岡県産うなぎ蒲焼カット80g 2549円	1009	★元気豚肩ロースブロック500g 1350円 限定	1086	★ちっちゃなウィンナー 約14本(200g) 1153円	1471	ナチュラルスナッカー70g 508円	2029	あおさ 25g 462円 天草本川海産 5円引	3239	飲むにがり酢(甘夏果汁入り) 300ml 980円	3241	なたね油(小)825g 1188円 坂本製油
2120	静岡県産うなぎ蒲焼長焼き110g 2981円	1010	★元気豚ロース生姜焼き用300g 910円	1087	★粗挽きウィンナー 5本(110g) 634円	1476	牧場のカスタードプリン100ml×2 475円	2031	国産芽ひじき20g 238円 天草本川海産 5円引	3251	玄米酢(小)0.9L 1574円 松合食品	3242	なたねしらしめ油(大)1650g 2052円
北村きのご園(鳥取)		1012	★元気豚ヒレ 300g 1266円	1088	★粗挽きウィンナーセット 5本×2(110g×2) 1241円	1474	ミルクのプリン 80g×2 281円	2047	乾燥わかめ 天然伊勢志摩産 8g 410円 5円引	3252	富士酢(大)1.8L 2160円 飯尾醸造	3243	なたねしらしめ油(小)825g 1188円
3190	エリンギ 100g 135円 5円引	1019	★骨付きバラ肉(カット)500g 911円 おススメ	1093	★生ウィンナー 5本(110g) 634円 限定 ※必ず火を通して召し上がり下さい。	1499	冷凍さぬきうどん 200g×3 456円 人気	2022	花かつお削り 100g 442円 山川産 5円引	3253	富士酢(小)0.9L 1296円 飯尾醸造	3244	胡麻油(大)1650g 3996円 坂本製油
3191	えのき 100g 113円 5円引	1025	★元気豚バラ切り落とし 200g 435円 サイズ・厚さ不揃いの切り落としです 限定30個	1090	★切り落としローススライス 100g 449円	冷凍品		2027	干しサクラエビ 5g 562円 創健社 10円引	3255	富士すし酢 360ml 756円 無農薬原料	3245	胡麻油(中)660g 1944円 坂本製油
竹嶋さん(青森)のりんご		1025	★元気豚バラ切り落とし 200g 435円 サイズ・厚さ不揃いの切り落としです 限定30個	1091	★切り落としハムスライス100g 449円	2129	冷凍さぬきうどん 200g×3 456円 人気	2029	あおさ 25g 462円 天草本川海産 5円引	3256	りんご酢 600ml 870円 日食	3246	胡麻油(小)273g 972円 坂本製油
935	サンつがる 3個 810円							2031	国産芽ひじき20g 238円 天草本川海産 5円引	3258	ゆずポン酢 300ml 653円 丸島醤油	3247	紅花油 660g 1620円 坂本製油
951	黄王 3個 810円							2047	乾燥わかめ 天然伊勢志摩産 8g 410円 5円引	3297	カンタン八芳酢 360ml 508円	3249	山江村産えごま油 105g 2376円 堀内製油
								3298	お徳用カンタン八芳酢900ml 972円	3278	有機EX-Vオリーブオイル250ml 1728円	3278	有機EX-Vオリーブオイル250ml 1728円

縦合計 ()

縦合計 ()

縦合計 ()

縦合計 ()

縦合計 ()

縦合計 ()

No.39 特別注文書-B

グループ名	組合員番号	組合員名	注文数
-------	-------	------	-----

H-farm 本田泰晴さん・貴恵さん 梅シロップ・プラムシロップ

配送日 火コース 10/1

金コース 10/4

提出日 火コース 9/17
金コース 9/20



～ H-farmさんより ～
梅、プラムに会の氷砂糖だけで
作ったシロップだけと
とても美味しいシロップです

冷たく炭酸で割ったり
暖かいお湯割いや
紅茶にプラスするのも
いいですね

ぜひほっと一息の時間のおともに
お役立てください

	商 品 名	規格	注文数	税込価格
2504	梅シロップ 原材料 梅（本田）、てんさい糖氷砂糖（考える会）	200ml		1,480
2505	プラムシロップ 原材料 プラム（本田）、てんさい糖氷砂糖（考える会）	200ml		1,480



オーガニックバナナ 1ヶ月単位の予約注文



有機JAS認証を取得してあるオーガニックバナナです。
産地はエクアドル産です。

仕入発注の関係で1ヶ月単位での予約注文というかたちになります、毎週のご注文の受け付けはありませんのでご注意ください。

エクアドル産 スイートバレー



程よい酸味とさわやかな甘みがあり、もっちりした食感が特徴のバナナです。

バナナの熟度が進むと酸味はコクに変わり、コクのある美味しいバナナとなります。

バナナの輸入時に植物検疫で病害虫が見つかった場合は、燻蒸処理が行われますが、燻蒸の有無は表示義務がないので見た目では判断ができません。有機栽培したバナナでも燻蒸処理をされると有機バナナとしては流通ができなくなります。有機JASマークがついた有機バナナは燻蒸処理もされていない証です。

商品No	商品名	火曜コースの方		金曜コースの方	
		配送日	注文数	配送日	注文数
976	有機バナナ 500g(3~4本)526円(込)	10/1(火)		10/4(金)	
		10/8(火)		10/11(金)	
		10/15(火)		10/18(金)	
		10/22(火)		10/25(金)	
		10/29(火)			

※入荷状況によっては予定していた産地のバナナがお届けできない事も予想されます。
その時はもう一つの産地のバナナをお届けさせていただきますので、ご承知おきください。

No.39

グループ名	組合員番号	組合員名	注文数
-------	-------	------	-----

卵 10月予約注文書

提出日 火コース 9/17

配送日	商品No.	商品名	価格	予約数
1日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
8日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
15日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
22日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
29日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	

有精卵 3 k gは数が足りないときは普通卵3 k gをお届けすることがあります。ご了承下さい。
 ※卵が不足した場合は予約・登録でご注文の方を優先してお届け致します。

卵 10月予約注文書

提出日

金コース 9/20

配送日	商品No.	商品名	価格	予約数
4日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
11日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
18日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
25日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	

有精卵 3 k g は数が足りないときは普通卵 3 k g をお届けすることがあります。ご了承下さい。
 ※卵が不足した場合は予約・登録でご注文の方を優先してお届け致します。

たくさん食べて
いただきたくて

大満足の 徳用シリーズ たっぷり入っているから 使い方いろいろ！



＼人気のナッツをバランスよくミックス！

特別
価格



いつもの
2.5倍
※当社比



徳用ミックスナッツ 200g

特価 **1,446**円(税込)

通常価格 1,490円(税込)

原材料名：くるみ(アメリカ)、アーモンド(アメリカ)、ピスタチオ(アメリカ)、カシューナッツ

お家で過ごす時間や家族だんらんのお供にも。毎日の料理、お休みのお菓子作りにも。自然が作り出すミネラルを丸ごと、徳用サイズでお楽しみいただけます！

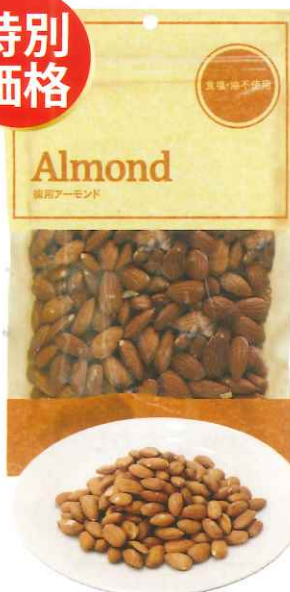
それぞれのナッツについて

- ・ピスタチオ、アーモンド、くるみはアメリカ産の有機栽培品です。
- ・カシューナッツは、スリランカとカンボジアの生産者から届きます。
- ・くるみは生です。

食物繊維、カルシウム、鉄分、マグネシウム、
ビタミンEを豊富に含みます

ひとつかみのくるみで1日に必要とされる
オメガ3脂肪酸がとれます

特別
価格



いつもの
3.2倍
※当社比

徳用アーモンド
(食塩不使用) 230g

特価 **1,550**円(税込)

通常価格 1,598円(税込)

原材料名：アーモンド(アメリカ)

いつもの
3.0倍
※当社比



徳用くるみ(生) 200g

1,490円(税込)

原材料名：くるみ
原産国：アメリカ



(株)プレス・オールターナティブ
第3世界ショップ

〒153-0062 東京都目黒区三田 2-7-10-102
TEL:03-6417-4702 HP:https://www.p-alt.co.jp

Instagram



今こそ！
旅に出よう！
カレーの壺で
Trip to Sri Lanka



本格スパイスカレーが ご自宅で あっという間に 出来上がります。



特別
価格

たっぷりの
レモングラスと
トマトが
素材の旨みを
引き立てます。

辛さ…☆☆☆

カレーの壺
オリジナル 220g

特価 608円(税込)
通常価格 626円(税込)

原材料名: トマトペースト、醸造酢、レモン
グラス、食塩、たまねぎ、米、にんにく、
しょうが、ココナッツオイル、乾燥ココ
ナッツ、ガランガル、その他香辛料
原産国: スリランカ



辛党も大満足。
パンチの効いた
大人向けカレー
におすすめ。

辛さ…☆☆☆

カレーの壺
スパイシー 220g

626円(税込)

原材料名: 醸造酢、食塩、タマリンド、
しょうが、たまねぎ、とうがらし、にんに
く、米、コリアンダー、乾燥ココナッツ、コ
コナッツオイル、その他香辛料
原産国: スリランカ



辛さを抑えた
マイルドな
スパイスの配合が
素材の旨みを
引き出します。

辛さ…☆☆☆

カレーの壺
マイルド 220g

626円(税込)

原材料名: 醸造酢、食塩、コリアンダー、粗
糖、米、にんにく、ターメリック、クミン、た
まねぎ、タマリンド、ココナッツオイル、乾
燥ココナッツ、しょうが、その他香辛料
原産国: スリランカ

温めるだけで本格スパイスカレー
レトルトカレー

1人前
レトルトカレー

パンチの効いた本場の辛さ
本格旨辛ペースト

1個で2~3人分
使い切りペースト

ほくほくのひよこ豆と優しい
味わいのスパイスブレンド

平飼い鶏のひき肉を使用、
パンチの効いたスパイスブレンド

深くローストしたココナッツの旨味と、
後から来るペッパーの辛さがクセになります

赤唐辛子の効いた爽快な辛さが、
魚介の旨味を引き立てます

辛さ
控えめ

辛口

特別
価格

辛さレベル



辛さレベル

辛さレベル

辛さレベル

ひよこ豆カレー 辛さ控えめ
180g

チキンカレー 辛口
180g

カルポルカレーペースト
80g

ジャフナカレーペースト
60g

特価 545円(税込)
通常価格 561円(税込)

561円(税込)

特価 324円(税込)
通常価格 334円(税込)

334円(税込)

原材料名: ココナッツミルク、ひよこ
豆、ココナッツオイル、たまねぎ、香
辛料、トマトペースト、醸造酢、食
塩、粗糖、米 原産国: スリランカ

原材料名: たまねぎ、鶏肉、ココナッ
ツミルク、香辛料、ココナッツオイル、
トマトペースト、食塩、醸造酢、米、乾
燥ココナッツ 原産国: スリランカ

原材料名: 【カレーペースト】ココナッツオイル、
醸造酢、乾燥ココナッツ、タマリンド、しょうが、
たまねぎ、とうがらし、食塩、にんにく、コリアン
ダー、スクルーバイン、米、フェネル、こしょ
う、カレーリーフ、シナモン、クミン、フェネグ
リク、マスタードシード、ターメリック、レモン
グラス、カルダモン、クローブ【ターメリックパウ
ダー】ターメリック 原産国名: スリランカ

原材料名: 醸造酢、トマトペースト、ココ
ナッツオイル、とうがらし、米、食塩、粗糖、
コリアンダー、乾燥ココナッツ、にんにく、
タマリンド、カレーリーフ、たまねぎ、しょ
うが、クミン、こしょう、フェネグリク、
ターメリック 原産国名: スリランカ

ドライフルーツ & ナッツ 特集

SALE

ピーカンナッツは、食物繊維、亜鉛、鉄分が豊富で、たんばく質、ビタミンEを含みます。

サクとした新食感のナッツ

ピーカンナッツは北米原産のくるみ科の樹木。渋みが少なくクリーミーで甘みがあり、香りがよいのが特徴です。アメリカでは馴染み深い食材で、サラダやオムレツなどの料理、お菓子作りにもおすすめ！

ピーカンナッツ (ロースト) 65g
特価 671円(税込)
 通常価格 691円(税込)
 原材料名：ピーカンナッツ(アメリカ)



サラダのアクセントに！

販売再開しました！

干しいちじくは、食物繊維、鉄分が豊富で、カリウム、カルシウム、銅を含んでいます。ぷちぷちとした食感と、あっさりとした甘さが特徴です。

カルシウム 鉄分 食物繊維 カリウム

干しいちじく 120g
799円(税込)
 原材料名：干しいちじく
 原産国：アメリカ



美容効果があるといわれるオレイン酸を含みます

たんばく質、鉄、ビタミン B1 が豊富で、食物繊維を含んでいます

ひとつかみのくるみで、一日に十分なオメガ 3 脂肪酸がとれます

「若返りのビタミン」と呼ばれるビタミン E が多く含まれています

くるみ、アーモンド、ピスタチオ、カシューナッツをバランスよくミックスしました。

SALE

マカダミアナッツ (食塩不使用) 65g
特価 671円(税込)
 通常価格 691円(税込)
 原材料名：マカダミアナッツ (マラウイ共和国)



カシューナッツ (食塩不使用) 70g
691円(税込)
 原材料名：カシューナッツ (スリランカ)



くるみ(生) 65g
691円(税込)
 原材料名：くるみ 原産国：アメリカ



アーモンド (食塩不使用) 70g
691円(税込)
 原材料名：アーモンド(アメリカ)



SALE

よくばりナッツ 80g
特価 671円(税込)
 通常価格 691円(税込)
 原材料名：くるみ(アメリカ)、アーモンド(アメリカ)、ピスタチオ(アメリカ)、カシューナッツ



ビタミン E が豊富で、食物繊維、カリウム、鉄分を含んでいます

完熟マンゴーの甘さにびっくり！ビタミン A と葉酸が豊富です

ポリフェノールを含んでおり、肌の老化防止も期待できます！

貧血の予防に重要な栄養素の鉄分が豊富です

食物繊維、カリウム、ビタミン E が豊富で、鉄分を含んでいます

ドライフルーツ・ナッツミックス 90g
626円(税込)
 原材料名：レーズン(アメリカ製造)、ドライクランベリー(クランベリー、粗糖、ひまわり油)(アメリカ製造)、スライスアーモンド(国内製造)、くるみ(アメリカ)



ドライマンゴー (無加糖) 65g
626円(税込)
 原材料名：マンゴー 原産国：メキシコ



ドライクランベリー 80g
561円(税込)
 原材料名：クランベリー、粗糖、ひまわり油 原産国：アメリカ



レーズン 165g
496円(税込)
 原材料名：レーズン 原産国：アメリカ



SALE

プルーン(種抜き) 120g
特価 671円(税込)
 通常価格 691円(税込)
 原材料名：プルーン 原産国：アメリカ



おなかを整える朝ごはん

オーバーナイトオートミール

材料 (1人分)

- ・オートミール：20g
- ・プレーンヨーグルト (無糖)：120g
- ・ヨーグルトと食べるドライフルーツ：20g

1. 前日の夜、オートミールとヨーグルトを、ふた付の保存容器に入れる。
2. お好みのドライフルーツを加えて混ぜ合わせる。
3. ふたをして冷蔵庫に保管し、一晩寝かせる。
4. 翌日の朝、お好みでナッツ・フルーツ・メープルシロップ (分量外)をトッピングしても。

オートミールを一晩寝かせることで、しっとり食べやすくなります。おしゃれでヘルシーな朝食にぴったり。



SALE



オートミール 450g

特価 902円 (税込)

通常価格 950円 (税込)

原材料名：オーツ麦 原産国：アメリカ



ヨーグルトと食べるドライフルーツ 100g

691円 (税込)

原材料名：ドライマンゴー (メキシコ製造)、ドライクランベリー (クランベリー、粗糖、ひまわり油) (アメリカ製造)、レーズン (アメリカ製造)、ドライパイナップル (メキシコ製造)

収穫の初期にとれる繊細な味 リックさんのメープルシリーズ

メープルシロップの色や味は、樹液の採取時期によって異なります。リックさんのメープルシロップは収穫初期に採れた樹液を煮詰めて作られており、糖度が高いため煮詰める時間が短いです。その結果、出来上がったメープルシロップは色が薄く繊細な味わいになります。素材の旨みを引き立てるので、パンやヨーグルトはもちろん、肉料理などにも、そのままかけてお使いください。



定番・安心のおいしさ

リックさんのメープルシロップ
ゴールデン (デリケートテイスト) 330g

1,490円 (税込)

原材料名：かえで樹液
原産国：カナダ

SALE



砂糖の代わりに!

リックさんのメープルシュガー 125g

特価 1,026円 (税込)
通常価格 1,058円 (税込)

原材料名：メープルシロップ
原産国：カナダ



ネパールヒマラヤ山麓はちみつ 300g

1,944円 (税込)

原材料名：はちみつ (ネパール)

ネパールならではの花の蜜の味わい

ネパールの人々にとって特別な木であるチウリ (バターツリー) からとれる花の蜜を中心とした、はちみつです。澄んだ黄金色、軽やかな花の香り、クセの少ないさわやかな甘さが特徴です。



(株)プレス・オールターナティブ
第3世界ショップ

〒153-0062 東京都目黒区三田 2-7-10-102
TEL:03-6417-4702 HP:https://www.p-alt.co.jp

Instagram



No.39 特別注文書-B

グループ名	組合員番号	組合員名	注文数
-------	-------	------	-----

第三世界ショップ 調味料～飲み物・ナッツ他 (月1回)

配送日 火コース 10/1

金コース 10/4

提出日 火コース 9/17
金コース 9/27

商品名	注文数	税込価格	商品名	注文数	税込価格
カレーの壺シリーズ			5725 干しいちじく 120g		799
5701 カレーの壺ペッパー (黒ホール) 20g	定例注文	389	5720 ドライマンゴー 65g		626
5702 カレーの壺ペッパー (黒粗挽き) 20g	定例注文	389	5757 ドライパイナップル 60g		561
5703 カレーの壺ココナツミルク 200ml		346	5876 プルーン 120g	19円引	691
5708 カレーの壺チャツネ 260g		626	5724 ドライ克蘭ベリー 80g		562
5704 カレーの壺スリカレー 34g約8皿分		508	5727 レーズン 165g		497
5705 カレーの壺マイルド 220g		626	5742 ドライフルーツナツミックス 90g		626
5706 カレーの壺オリジナル 220g	17円引	626	5844 ヨーグルトと食べるドライフルーツ 100g		691
5707 カレーの壺スパイシー 220g		626	5745 アーモンド 70g		691
5763 トルト・カレーの壺 特カレー 辛口 180g		562	5751 ピスタチオ 70g		691
5764 トルト・カレーの壺 ホールカレー 中辛 180g	終了	497	5735 クルミ(生) 65g		691
5875 トルト・カレーの壺 ひよこ豆カレー 180g	15円引	562	5734 マカデミアナッツ 65g	19円引	691
5995 トルト・カレーの壺 キマカレー 辛口 180g	終了	497	5737 カシューナッツ 食塩不使用 70g		691
5782 カレーの壺 カルボルカレーペースト	10円引	335	5872 ピーカンナッツ(ロースト) 65g	19円引	691
5783 カレーの壺 ジャフナカレーペースト		335	5736 よくばりナッツ 80g	19円引	691
飲み物			5887 徳用ミックスナッツ 200g	41円引	1,490
5862 カフェインレスコーヒー粉 100g	終了	994	5888 徳用アーモンド(食塩不使用) 230g	45円引	1,598
5863 ドリップコーヒーデカフェ 12包セット	終了	2,333	5889 徳用クルミ(生) 200g		1,490
5864 ドリップコーヒーゼリー 12包セット		2,851	5848 きなこクルミ 65g		497
5860 (豆)パロ・ブランココーヒー 150g		972	5758 黒糖クルミ 65g		497
5861 (粉)パロ・ブランココーヒー 150g	定例注文書へ移動	972	5723 メープルアーモンド 40g		497
5885 サンタフェリサ・コーヒー(豆) 150g		972	5738 カシューナッツ カレー味 60g		594
5886 サンタフェリサ・コーヒー(粉) 150g		972	5867 スドン村の黒くるみ 55g		497
5711 シンガンパティ紅茶 100g		540	5722 アーモンドミックスちりめんのり塩 30g		518
5710 アールグレイ紅茶 80g		756	5731 アーモンドミックス桜えびペペロンチーノ 30g		518
5709 ダージリンティー 80g		1,296	5732 グラノーラ克蘭チメープル 40g		518
5746 ティーバッグ アールグレイ紅茶 1.8g×14包		518	5877 ヒマヤ山麓ハチミツ 300g		1,944
5715 ココア 110g		648	5868 リックさんのメープルシュガー 125g	30円引	1,058
5712 チャイパック 3g×12		475	3279 リックさんのメープルシロップ 330g	定例注文書でご注文ください	1,490
5991 Stick ほうじ茶ラテ 65g(13g×5包)		648	5873 シンガラジャの天日塩 150g		410
5990 Stick 黒糖ココア 65g(13g×5包)		648	5874 シンガラジャの天日塩 1kg	終了	1,188
5993 ぼくらが作った煎茶 70g		918	5772 オートミール 450g	45円引	950
5994 ぼくらが作った焙じ茶 100g		648	5869 メープルグラノーラ(オリジナル) 220g		1,166
5767 林農園の烏龍茶 70g		950			
5769 林農園の烏龍茶(ティーバッグ) 1L用(5g×12包)		691			
5768 林農園の烏龍茶(ティーバッグ) (1.5g×10包)		518			
5881 Artisan 水出しアイスコーヒー 15g×6包		670			

※値引き額は全て税抜き価格よりの値引き額となります。
 ※「シンガンパティ紅茶」「ティーバッグアールグレイ紅茶」在庫無くなり次第終了

No.39 特別注文書-B

グループ名	組合員番号	組合員名	注文数
-------	-------	------	-----

オーサワ 冷蔵品カタログ

提出日 火コース 9/17 金コース 9/20

配送日

火コース 10/1

金コース 10/4

季節商品のため、在庫終了の場合はお届できないこともあります

商品No.	商品名		数	価格
★麺類				
5301	7701	オーサワのベジ生ラーメン(しょうゆ) 284 g		604
5302	7702	オーサワのベジ生ラーメン(みそ) 296 g		615
5303	7705	オーサワのベジ生ラーメン(しお) 284 g		594
5184	7706	オーサワのベジ生ラーメン(坦々麺) 324 g		788
5304	7703	オーサワのベジ生ラーメン(ごまみそ) 298 g		637
5174	7704	オーサワのベジ冷し中華・ごまだれ 生麺 320 g(うち麺110g×2)	休止	680
5173	7707	オーサワのベジ冷し中華・醤油だれ 生麺 302 g(うち麺110g×2)	休止	615
5305	7700	オーサワのやきそば(蒸し麺) 150 g		199
★調味料 佃煮 海藻類 海産物 加工食品				
5306	7715	有機白みそ 500 g		864
5307	7771	しその実昆布・佃煮 100 g		513
5308	7772	ごま昆布・佃煮 100 g		486
5310	7753	鳴門海峡漁師のわかめ(湯通し塩蔵茎付ワカメ) 100g NEW		432
5311	7749	戻しひじき 100 g		386
5312	7912	国産釜揚げしらす(木村海産) 40 g(20 g×2)		232
5313	7890	国産釜あげしらす 50 g(25 g×2)	休止	367
5314	7739	おさかなソーセージ 90 g(45 g×2本)		345
5315	7774	揚げごぼうの甘酢漬 80 g		475
5316	7732	味付いなりあげ 6枚		397
5338	7733	北海道産小麦使用 ちくわぶ	休止	237
5317	7734	京なま麩(プレーン・よもぎ) 100 g		561
5318	7730	とろゆば 180 g		734
5319	7849	本さしみゆば 180 g		810
	7856	国産有機なめらか絹豆腐 240 g	取り扱いませ	220
	7853	水切り押し豆腐 220 g	取り扱いませ	372
5320	7857	有機酒粕 200 g	休止	712
5349	7854	有機みりん粕 200 g 再開(4月中旬～数量限定品)	休止	820
5321	7864	お好み角てん 360 g 再開(4月～9月限定品)		200
5322	7791	ANP71・お米の発酵飲料 150 g		324
5323	7797	ANP71・お米の発行飲料ブルーベリー 150 g		345
5324	7940	KURAKON HUMMUS ORIGINAL 80 g		321
5325	7945	とかち野酵母(冷蔵) 100 g		928
5348	7819	オーサワのヴィーガンキムチ 250g		496
5354	7820	糀べったら漬1本 (145g以上) (数量限定品)	休止	604
★チョコレート				
5350	7902	チョコレートカカオ 100% 55g		799
5351	4251	アガペチョコレートスティックカカオ 70% 62g		799
5326	7896	スペリアダークチョコレート 100% 80g		918
5327	7880	ファインダークチョコレート 99% 80g		918
5328	7878	ファインダークチョコレート 92% 80g		918
5329	7879	ファインダークチョコレート 75% 80g		831
5330	7901	ダークチョコレート グランベリー 100g		831
5331	7898	ダークチョコレート オレンジ 100g		831
5352	7899	塩キャラメルチョコレート 80g		831
5353	7900	塩チョコレート 75% 80g		831